

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DA ATALAIA - RESPOSTAS SOCIAIS DE CENTRO DE DIA E SAD

PLANO DE ATIVIDADES 2021

Observação: Tendo em conta a pandemia de COVID-19 todas as atividades aqui programadas para o ano 2021 terão que ser ajustadas mensalmente.

ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
Janeiro	Elaboração da árvore dos desejos	Assinalar o novo ano; Promover o diálogo; Desenvolver as capacidades artísticas; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Clientes	Material de desgaste	Sala de atividades e de convivo	04-01-2021
	Projeto inter-institucional "Histórias andantes"	Promover os contactos interinstitucionais; Divulgar o CSPA junto te outras comunidades; Promover a escrita e a imaginação; Promover a troca de ideias e o debate entre o grupo.	Animadora Cultural, Diretora Técnica, Clientes, IPSS convidadas e com interesse em participar	Material de desgaste	Sala de convívio	05-01-2021
	Dia de Reis: Cantar as Janeiras Ida ao Centro de Dia de São Silvestre	Promover o convívio e lazer; Promover a partilha de saberes e experiências; Prevenir o isolamento social; Reforçar as relações humanas; Promover o contato com idosos de outra instituição; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, IPSS	Carrinha, mochila SOS e cânticos	Centro de Dia de São Silvestre em Carvalhal da Aroeira	06-01-2021
	Comemoração do Dia Internacional do Obrigado	Promover o contato entre pares; Estimular o agradecimento; Contribuir para melhoria do relacionamento pessoal do grupo; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Clientes	Ingredientes para confeção de bolachas para oferecer às colaboradoras	Refeitório, sala de atividades e de convívio	10-01-2021
	Chegada do Inverno:	Explorar as características do Inverno	Animadora cultural,	Material de desgaste	Sala de convívio,	Durante todo o mês

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
	Atividades de decoração	(cores, elementos do Inverno); Cantar canções sobre esta temática para dar as boas vindas ao Inverno.	Educadoras, Crianças da creche; Aj. Ac. Educativa; Clientes		sala de atividades e sala de refeitório (creche)	
Fevereiro	Assinalar o Dia do Doente: Eucaristia	Contribuir para o envelhecimento ativo; Promover momento de reflexão; Possibilitar a aquisição de novos conhecimentos e esclarecimentos dos mesmos; Motivar o grupo para a manutenção da saúde; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Material de eucaristia, cânticos	Sala de atividades e de convívio	11-02-2021
	Dia da Rádio: Emissão em direto com rádio Bonfim ou rádio Hertz	Assinalar o dia da rádio, já sendo comum em todos os planos anuais de atividade; Divulgar o CSPA; Promover a troca de ideias e o debate; Promover o envelhecimento ativo e o bem-estar.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, Rádio Hertz ou Rádio Bonfim	Computador e colunas	Sala de convívio	12-02-2021
	Dia de São Valentim: Ementa de almoço, sobremesa e decoração alusiva ao tema	Relembrar hábitos e costumes da sociedade atual; Promover a troca de experiências; Promover o diálogo combatendo o isolamento; Partilhar sensações e sentimentos; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Ingredientes e adereços temáticos	Refeitório	15-02-2021
	Desfile de Carnaval: "A tua cara não me é estranha"	Promover o encontro Inter-geracional; Relembrar tradições; Promover divertimento e convívio; Desenvolver a capacidade lúdica; Promover a auto-estima; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, Educadoras, Aj. Ac. Educativa e crianças da creche	Material de desgaste e adereços temáticos	Sala de convívio, sala de atividades e exterior	15-02-2021

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
Março	Dia Internacional da Mulher: Sessão de cabeleireiro, manicura e massagem e lanche diferente	Promover a interação e a coesão grupal; Promover o gosto pelos cuidados pessoais e imagem; Promover o convívio e lazer; Promover a auto-estima; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Material de desgaste, flores para oferta	Cabeleireiro e Refeitório	08-03-2021
	Dia do Pai: Lanche com os filhos e apresentação de um vídeo	Promover o diálogo e partilha de experiências; Assinalar o dia do pai; Reforçar as relações humanas e familiares; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes e respetivos filhos	Prenda a elaborar pelos utentes para oferta	Sala de convívio e refeitório	19-03-2021
	Dia Mundial da Árvore: Decoração de árvores do exterior	Sensibilizar para as questões relacionadas com o ambiente; Promover o diálogo e a partilha de experiências; Promover o envelhecimento ativo; Estimular a motricidade fina; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Material de jardinagem	Espaços envolventes do Centro de Dia	22-03-2021
	Dia Mundial da Poesia: Declamação de poemas	Desenvolver as capacidades artísticas e cognitivas; Desenvolver o vocabulário; promover a escrita; Desenvolver a capacidade de declamar; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Material de Leitura	Sala de convívio	22-03-2021
	Dia Mundial da Água: Sessão de sensibilização	Sensibilizar para a importância da água; Contribuir para criar hábitos sustentáveis; Promover o envelhecimento ativo	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Material de desgaste	Sala de convívio	22-03-2021
	Dia Mundial do	Proporcionar o divertimento, o bem-	Animadora Cultural	Autocarro, mochila	Teatro Meia Via	29-03-2021

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
	Teatro: Assistir a peça de teatro em Meia Via	estar, o convívio e a interação entre todos; Desenvolver e estimular as capacidades artísticas; Promover o contacto com o exterior e a aquisição de novos conhecimentos; Possibilitar o conhecimento de novos lugares e pessoas; Promover o envelhecimento ativo.	A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	SOS e lanche		
	Folar da Páscoa	Desenvolver o gosto pela culinária; Assinalar o tempo da Páscoa; Promover a aquisição de novos conhecimentos; Desenvolver as capacidades cognitivas nomeadamente o raciocínio e a concentração; Promover o envelhecimento ativo e o bem-estar.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, Cozinheira e ajudante	Material de cozinha e ingredientes	Refeitório e cozinha	31-03-2021
Abril	IV Olimpíadas Inter-geracionais	Promover a interação com as crianças da creche; Desenvolver as capacidades motoras e de equipa; Desenvolver o espírito de coesão e entre-ajuda; Estimular o gosto pelo movimento e atividade física; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, Aj. Ac. Educativa, Educadoras, Crianças da creche	Material de ginástica	Espaço exterior do Centro Social Paroquial de Atalaia	05-04-2021
	Via sacra representada	Promover momentos de reflexão; Assinalar a quadra de Páscoa; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Cânticos e material de desgaste	Espaço exterior do Centro Social Paroquial de Atalaia	01-04-2021
	Dia Mundial da voz: Presença de cantor	Promover o convívio e lazer; Promover o divertimento e a auto-estima;	Animadora Cultural A.A.D, Diretora	Colunas de som e instrumentos	Sala de convívio	

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
	convidado	Desenvolver a coordenação e capacidades motoras; Promover o envelhecimento ativo.	Técnica, Clientes			16-04-2021
	Atividade na comunidade: Festa das sopas	Divulgar a instituição; Estimular o contato intergeracional; Combater o isolamento social; Promover o envelhecimento ativo.	Todos os colaboradores do CSPA, Clientes e comunidade em geral	Material de desgaste, ingredientes e material de cozinha	Espaço exterior do Centro Social Paroquial de Atalaia	18-04-2021
	Ida a Fátima	Promover momentos de reflexão; Estimular o contacto com a comunidade; Combater o isolamento social; Possibilitar o contacto com o exterior; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, comunidade em geral	Autocarro, mochila SOS, almoço e lanche	Abrigo do Peregrino (espaço para almoço) e Santuário de Fátima	19-04-2021
	Dia da Liberdade: À conversa sobre a história	Relembrar a revolução dos cravos; Simbolizar a participação dos governantes na liberdade de cada um; Estimular a memória; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Material de desgaste	Sala de convívio	26-04-2021
	Dia Mundial da Dança: Aula de <i>zumba gold</i>	Desenvolver e estimular as capacidades físicas e artísticas; Fomentar o gosto pela dança; Estimular o exercício físico; Desenvolver a coordenação motora; Promover o envelhecimento ativo.	Professora de Dança, Diretora Técnica Animadora Cultural, A.A.D, Clientes	Material de dança e equipamentos eletrónicos (rádio, etc.)	Espaço exterior do Centro Social Paroquial de Atalaia	29-04-2021

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
Maio	Dia da Mãe: Lanche com os filhos e apresentação de um vídeo	Promover o diálogo e partilha de experiências; Assinalar o dia do mãe; Reforçar as relações humanas e familiares; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes e respetivos filhos	Prenda elaborada pelos utentes para oferta	Sala de convívio e sala de atividades	03-05-2021
	Assinalar o dia do trabalhador: Visita à fábrica/museu do vidro na Marinha Grande	Combater o isolamento social; Promover o contacto com a comunidade; Possibilitar o contacto com o exterior; Contribuir para o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Autocarro, mochila SOS e almoço	Marinha Grande	04-05-2021
	Dia Internacional da Família: Construção de trabalho manual entre utentes e familiares “Somos galhos da mesma árvore”	Promover o diálogo e partilha de experiências; Promover o contato com familiares; Combater o isolamento social; Reforçar os laços familiares; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes e respetivo familiar	Almoço com os filhos ou um familiar	Refeitório	17-05-2021
	Dia Internacional dos Museus: Visita ao Museu de Engenharia	Desenvolver o gosto pela arte e cultura; Proporcionar momentos lúdicos; Desenvolver o sentido crítico; Combater o isolamento social; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Autocarro, mochila SOS e almoço	Tancos	18-05-2021
Junho	Dia Mundial da	Promover o convívio; Estimular a	Animadora Cultural	Material de desgaste	A designar	01-06-2021

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
	Criança: Exposição fotográfica de utentes “O meu passado e o meu presente”	capacidade cognitiva de cada idoso; Prevenir o isolamento social; Desenvolver a memória e possibilitar a recordação de tempos passados e momentos vividos; Promover o envelhecimento ativo.	A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, crianças da creche, familiares			
	Marchas populares na Feira do Tejo	Estimular a autoestima; Promover a participação social; Combater o isolamento; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Material de desgaste	Vila Nova da Barquinha	A designar
	Passeio à praia fluvial de Alverangel (Castelo de Bode)	Combater o isolamento social; Proporcionar momentos de convívio e lazer; Promover o contacto com o exterior; Estimular o contato social; Promover o envelhecimento ativo.	Diretora Técnica, Animadora Cultural A.A.D, Clientes e comunidade	Autocarro, mochila SOS, almoço, toalhas, chapéus, protetores solar	Praia fluvial de Alverangel em Castelo de Bode	04-06-2021
	Dia Internacional do piquenique: Almoço no Parque Ribeirinho	Proporcionar momentos de convívio; Promover o contato com a natureza; Promover o envelhecimento ativo.	Diretora Técnica, Animadora Cultural A.A.D, Clientes	Autocarro ou carrinha, mochila SOS, manta, cadeiras, almoço e jogo tradicional	Parque Ribeirinho	18-06-2021
	Dia Europeu da Música: Atividade de animação musical e sessão de Karaoke	Combater o sedentarismo; Promover o contato com instrumentos musicais; Estimular o convívio; Combater o isolamento; Promover o envelhecimento ativo.	Diretora Técnica, Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, Educadoras, Aj. Ac. Educativa e crianças da creche	Instrumentos musicais reciclados, computador e colunas	Sala de convívio	21-06-2021
	Comemoração dos Santos Populares:	Promover as capacidades artísticas; Promover a autonomia; Desenvolver a	Diretora Técnica, IPSS’s convidadas,	Material de desgaste	Entrada do CSPA	11 a 18-06-2021

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
	Exposição interinstitucional no CPSA “A sardinha da minha brasa”	auto-estima; Promover o contacto inter-institucional; Promover o envelhecimento ativo.	Clientes, Animadora Cultural, A.A.D.			
	Comemoração do Dia de S. Pedro: Sardinhada e arraial popular	Proporcionar momentos de convívio e lazer; Estimular o divertimento associado aos Santos Populares; Promover o convívio; Promover o envelhecimento ativo.	Diretora Técnica, Animadora Cultural A.A.D, Clientes	Material de música, almoço, grelhador	Exterior do CSPA	29-06-2021
Julho	Festa de Final de Ano: Arraial popular	Incentivar a atitudes de respeito, interesse e participação; Promover a socialização; Realizar uma festa para valorizar as crianças e as atividades que fizeram durante o ano letivo.	Animadora Cultural, Educadoras, Aj. Ac. Educativa, Clientes, Crianças da creche e Direção técnica	Material de desgaste (a designar)	Exterior do CSPA	A designar
	Dia Mundial das Bibliotecas: Visita à Biblioteca Municipal Gustavo Pinto Lopes em Torres Novas	Estimular a autoestima; Promover contato com uma biblioteca; Possibilitar a aquisição de novos conhecimentos e contacto com o exterior; Combater o isolamento; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Autocarro, mochila SOS e almoço	Biblioteca Municipal de Torres Novas	01-07-2021
	Dia Internacional do Amigo: Gincana e lanche no exterior	Promover o diálogo e a partilha de experiências; Promover o convívio; Reforçar as relações humanas; Desenvolver o espírito de grupo e coesão; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Material de ginástica, mochila SOS e carrinha	Espaço exterior do CSPA e café Toyana	20-07-2021

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
Agosto	Dia Mundial da Fotografia: Sessão fotográfica	Promover a auto-estima; Promover o gosto pelos cuidados de imagem; Valorizar a imagem de cada um e do grupo; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Material de cabeleireiro, artigos de decoração e máquina fotográfica	Salão de estética e quarto de repouso	19-08-2021
Setembro	Dia Internacional da caridade: Promover recolha de bens para a CÁRITAS	Sensibilizar para a importância de doar; Promover hábitos de generosidade e partilha; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Recolha de bens alimentares, mochila SOS e autocarro ou carrinha	CÁRITAS de Tomar ou Abrantes	06-09-2021
	Comemoração do aniversário: Semana Porta Aberta	Promover o convívio Inter-Instituições; Promover a participação ativa; Dar a conhecer o CSPA; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, Parceiros do CSPA e comunidade em geral	Lanches para convidados, material de desgaste, computador e colunas	Sala de convívio, sala de atividades e refeitório	06 a 10-09-2021
	Dia Mundial da Doença de Alzheimer: Sessão de esclarecimento pós laboral para familiares	Contribuir para o envelhecimento ativo; Promover o contato com o exterior; Estimular o convívio e lazer; Sensibilizar para a problemática da doença; Promover sessão para familiares; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes de SAD	Material desgaste e computador	Sala de convívio	21-09-2021
	Dia Mundial do Coração: Gincana no Parque Verde do Bonito	Promover o cuidado pela saúde; Desenvolver as capacidades motoras e a coordenação; Promover o espírito de equipa e coesão; Prestar alguns conselhos úteis de saúde; Promover o contacto com a comunidade; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Material de ginástica, mochila SOS, lanche e autocarro ou carrinha	Parque Verde do Bonito	29-09-2021

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
Outubro	Dia Mundial do Idoso: Visita ao Fluviário Foz do Zêzere e Casa Camões em Constância	Promover o convívio; Combater o isolamento social; Promover o convívio e lazer; Possibilitar o contacto com o exterior e a aquisição de novos conhecimentos; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural, A.A.D, Diretora Técnica, Clientes e comunidade em geral	Autocarro, mochila SOS e almoço	Fluviário Foz do Zêzere e Casa Camões em Constância	01-10-2021
	Dia Mundial dos Animais: Demonstração de cães da GNR no CSPA	Promover o contacto com os animais; Prevenir o isolamento social; Promover o convívio; Combater o sedentarismo e o isolamento; Possibilitar o conhecimento de novas pessoas; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural, A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, Educadoras, Aj. Ac. Educativa e crianças da creche	Nenhum	Espaço exterior do CSPA	04-10-2021
	Dia Mundial da Alimentação e do pão: Confeção de pão e ementa semanal elaborada pelos utentes	Promover hábitos saudáveis; Promover o convívio e combater o isolamento; Auxiliar na confeção da ementa; Estimular a memória; Promover o bem-estar; Estimular a autonomia; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural, A.A.D, Diretora Técnica, Clientes e colaboradores CSPA	Ingredientes	Sala de convívio, refeitório e cozinha	18-10-2021
	Dia Internacional da Animação: Baile com artista convidado	Promover o convívio; Assinalar a importância da animação; Combater o isolamento social; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural, A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Material de música	Sala de convívio	28-10-2021
	Confeção de Bolos dos Santos	Relembrar Tradições; Promover o convívio e o bem-estar; Promover a confeção de bolos; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Objetos de cozinha para confeccionar broas e material de desgaste	Refeitório e cozinha	29-10-2021

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
	Dia Mundial do Cinema: Ida ao Cine-Clube de Torres Novas	Promover o contato com uma sala de cinema; estimular a sensibilidade; promover o diálogo; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Autocarro, mochila SOS e almoço	Cine-Clube de Torres Novas e espaço para almoço	05-11-2021
	Dia de São Martinho: Atividade intergeracional	Relembrar hábitos e costumes; promover o convívio e o bem – estar; desenvolver as relações Inter–pessoais; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, Aj. Ac. Educativa, Educadoras e crianças da creche	Assador de castanhas, castanhas, cartuchos de jornal, computador e colunas de som	Sala de convívio ou espaço exterior CSPA	11-11-2021
	Dia Mundial dos Diabetes: esclarecimento sobre as precauções	Fornecer informação sobre o tema; Esclarecer dúvidas; Desmistificar a doença; Promover o diálogo e a interação; Promover o envelhecimento ativo.	Enfermeiro; Clientes; Animadora cultural A.A.D. e Diretora Técnica	Computador, colunas de som e televisão	Sala de convívio	15-11-2021
	Dia do Pijama: Convidar utentes a virem de pijama para o CSPA	Estimular a inter-geracionalidade; Sensibilizar para causas sociais; Associar à comemoração deste dia com as crianças; Promover o envelhecimento ativo.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes, Educadoras, Aj. Ac. Educativa e crianças da creche	Pijamas pessoais	Sala de convívio	22-11-2021
	Ida ao supermercado	Promover a autonomia; Promover o convívio e a entre-ajuda; Promover o envelhecimento ativo; Informar e ajudar utentes em tarefas diárias.	Animadora Cultural A.A.D, Motorista, Diretora Técnica, Clientes	Carrinha e mochila SOS	Supermercado Intermarké em Vila Nova da Barquinha ou Supermercado Continente em Entroncamento	30-11-2021

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
Dezembro	Dia Internacional do Voluntariado	Realçar a importância dos voluntários; promover o espírito de ajuda; Promover o envelhecimento ativo	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes e voluntários CSPA	Nenhum	Sala de convívio	06-12-2021
	Dia Internacional do chá: chá dançante com instituição convidada	Sensibilizar para a diferença de chás e seus benefícios; promover momentos de lazer em torno do chá, estimular o diálogo	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes e artista e IPSS's convidadas	Computador, colunas de som e lanche para IPSS convidada	Sala de convívio	15-12-2021
	Exposição de Natal no entre utentes e colaboradores no CSPA: "A minha bota de Natal"	Promover o envelhecimento ativo; Desenvolver as capacidades criativas e de imaginação; Promover o convívio e a troca de ideias; Promover a autonomia.	Animadora Cultural A.A.D, Diretora Técnica, Clientes	Material de desgaste	Corredores CSPA	A definir
	Festa de Natal e lanche entre utentes e colaboradores: Apresentação de grupos de utentes e uma canção dos colaboradores	Promover as tradições; reforçar as relações humanas e a integração social; proporcionar o divertimento, o bem – estar, o convívio e a confraternização entre utentes, familiares e funcionários; desenvolver as capacidades artísticas, plásticas e cognitivas; promover o contacto com a comunidade em geral.	Todos os funcionários CSPA, Clientes CD e SAD e crianças da creche	Material de decoração de Natal, material de desgaste e lanche para utentes e colaboradores CSPA	Sala de convívio e refeitório	Data a designar

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES	OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
-------------	------------	------------------	--------------------	---------------	----------------

Actividades Semanais	Encontro Inter Geracional com a Creche	Promover o encontro de gerações, a partilha de saberes; estímulo ao diálogo e interacção; prevenir o isolamento social.	Animadora Cultural Educador de Infância Auxiliar de Educação Clientes de C.D. Crianças da Creche	Instrumentos Musicais Fantoques Contos Infantis	Sala de Convívio do C.D. Creche do Centro Social	Uma vez por semana
	Momento de Oração e Eucaristia	Valorizar a fé dos clientes; estímulo à introspecção e valorização interior.	Animadora Cultural, Diretora Técnica A.A.D. Clientes de C.D.	Terços	Sala de Atividades	Uma vez por semana e uma vez por mês
	Ateliê de Estimulação Física	Promover o desenvolvimento psicomotor; desenvolver as capacidades físicas; aumentar a força e a resistência muscular; aumentar a flexibilidade; promover o convívio; melhorar a qualidade de vida.	Animadora Cultural Professor de educação física, massagista Clientes de C.D.	Bola de futebol Aparelho de Som Pesos	Sala de Atividades	Duas vezes por semana
	Ateliê de Música	Estimular o sentido musical; desenvolver o gosto pela música; valorizar conhecimentos e saberes; promover o convívio e o divertimento.	Animadora Cultural Clientes de C.D.	Instrumentos Musicais	Sala de Atividades	Uma vez por semana
	Ateliê de Artes Manuais	Desenvolver as capacidades manuais, plásticas, artísticas e cognitivas; desenvolver a capacidade lúdica, a criatividade, a imaginação; promover a participação activa dos idosos.	Animadora Cultural Clientes de C.D.	Material de Desgaste	Sala de Actividades	Uma vez por semana

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
	Ateliê de Treino de competências	Promover a participação ativa dos idosos; estimular as capacidades cognitivas, a imaginação, a criatividade, memória, motricidade e a improvisação.	Diretora técnica Animadora Cultural Clientes de C.D.	Material de Desgaste Jogos de Estimulação Cognitiva	Sala de Atividades	Uma vez por semana
	Ateliê de Cinema	Proporcionar momentos lúdicos; desenvolver o sentido crítico; reviver tempos antigos.	Animadora Cultural Clientes de C.D.	Material Electrónico (DVD, Televisão, etc.)	Sala de Atividades	Trimestral
	Ateliê de Jogos Tradicionais	Proporcionar momentos de descontração e interacção entre os idosos; promover o reforço positivo; valorizar gostos pessoais e conhecimentos.	Animadora Cultural Clientes de C.D.	Jogos Lúdicos	Recinto Exterior do Centro Social Sala de Actividades	Uma vez por semana
	Ateliê de Culinária	Reforçar a interacção grupal; valorizar conhecimentos; partilha de saberes; proporcionar o convívio, o divertimento e o bem – estar; estímulo.	Animadora Cultural Clientes de C.D.	Objetos de Cozinha	Sala de Refeições do CSPA Cozinha do CSPA	Duas vezes por mês
	Treino de competências para a vida: compras em supermercado	Estimular o contato social, promover o treino de competências sociais; combater o isolamento social; promover a autoestima e o espirito de autonomia pessoal	Animadora cultural, motorista e clientes CD	Transporte	A designar	Trimestralmente

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DE CENTRO DE DIA E SAD

PC04.CD.IM01



ACTIVIDADES		OBJECTIVOS	RECURSOS HUMANOS	RECURSOS MATERIAIS	ESPAÇO FÍSICO	CALENDARIZAÇÃO
	Comemoração dos Aniversários dos Clientes	Reforçar as relações humanas e a integração social; proporcionar o divertimento, o bem – estar, e o convívio entre clientes; desenvolver a capacidade lúdica, estimular a auto estima e a autoconfiança.	Todos os funcionários da Instituição Clientes de C.D.	Objectos de Cozinha	Sala de Refeições do CSPA	Sempre que necessário

Data de Aprovação: _____

A Direção: _____

(assinatura e carimbo)